

出エジプト記 34 章 28 節には、モーセが神さまから十戒の板を与えられる前に 40 日 40 夜断食をしたことが書かれています。その他にも旧約聖書には、悲しみを表すとき、罪を悔い改めるとき、嘆願をするときなどに断食をしたという記述が見られます。ユダヤの人々にとって断食とは、敬虔の徴でした。

律法では、年 1 回大贖罪日には断食するように定められていました。それがバビロン捕囚後には、4 月、5 月、7 月、10 月の年 4 回になります。さらに新約時代には、週 2 回(月曜と木曜)に断食するようになったそうです。

断食は宗教的善行と捉えられ、ファリサイ派などの宗教指導者たちは自ら断食をおこない、また人々にも勧めていました。しかし旧約の預言者たちは、形式的な断食を非難していたようです。

イエス様は活動を開始される前、荒れ野で 40 日間断食をしました。ただしファリサイ派などの「他人に見せるための断食」については戒められます。これは「断食」という行為を批判したのではなく、隠れたところにおられる神さまを意識しなさいということです。

初期のキリスト者は、使徒たちの派遣や長老の任命の際には、断食と祈りをおこないました。また 2 世紀ごろの教えには、水曜と金曜の週 2 回断食をするように書かれていたそうです。

聖公会の祈祷書 8 ページを見てみると、断食日が定められているのがわかります。大斎始日と聖金曜日がそれにあたります。実際にその日、何らかの食事を抜かれる方もおられるでしょう。

覚えておきたいのは、この日は必ず断食しなければならないということではなく、たとえ食を抜くとしても周りの人ではなく、神さまを意識しておこなうことが大切だということではないでしょうか。

次回は「血」です。お楽しみに。



「曠野のイエス・ハリストス」  
イワン・クラムスコイ

(1837~1887 年)

それは、あなたの断食が人に気づかれず、隠れたところにおられるあなたの父に見ていただくためである。そうすれば、隠れたことを見ておられるあなたの父が報いてくださる。

(マタイによる福音書 6 章 18 節)

